



Dificultad:
Media



Porciones:
15



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

Energía:	189 Kcal
Proteínas:	3.7 g
Grasa Total:	1.1 g
Colesterol:	0.0 mg
H. de Carbono:	28.8 g
Fibra Dietética:	0,9 g
Sodio:	40 mg

PUDDING DE ARROZ CON LECHE

Ingredientes

- 2 Tazas de arroz
- 6 Tazas de agua fría
- 2 Ramita de canela
- Cascarita de naranja
- Cascarita de limón
- 1 Tarro de leche condensada NESTLÉ®
- 2 Manzanas grandes cortadas en cuadritos
- ½ Taza de pasas picadas

Preparación

1.- En una cacerola, junta el arroz con las ramas de canela, cáscara de naranja y limón. Cocina a fuego medio durante 20 a 15 min. revolviendo de vez en cuando, asegurando su cocción y que no se pegue en los bordes inferiores de la cacerola.

2.- Aparte en una sartén, saltea las manzanas cortadas en cuadritos durante 5 min. agrega las pasas y revuelve. Junta con el arroz y remueve hasta homogenizar bien ambas preparaciones.

3.- Agrega la leche condensada NESTLÉ® y revuelve hasta conseguir una mezcla firme y compacta. Enfría.

Recuerda que la porción sugerida es un pocillo o copa de 70 a 90 ml.

Esta receta rinde 15 porciones.